

SOBOTA 13.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Wędlina drobiowa (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 30 30 100	Zupa mleczna z kaszką (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Wędlina drobiowa (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 30 30 100	Zupa mleczna z kaszką (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Wędlina drobiowa (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 30 30 100
II Śniadanie			Brzoskwinia	130	Sok pomidorowy Suchary bez cukru	300 30
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) G Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,) S,G,	300 350	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,)	300 350	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,)	300 350
Podwieczorek			Sok pomidorowy	300	Serek wiejski (7)	150
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paprykarz (1,4) Ser żółty (7) Mix sałat z papryką	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta z warzyw (1,7) Serek kanapkowy (7) Mix sałat z papryką	250 100 15 60 50 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Paprykarz (1,4) Ser żółty (7) Mix sałat z papryką	250 100 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2655 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ 113g, w tym NKT 40g Węglowodany 318g w tym cukry 15g Sól 5,7g Błonnik 49 g		KCAL: 2538 BIAŁKO: 95g TŁUSZCZ 110g, w tym NKT 40g Węglowodany 305g w tym cukry 19g Sól 4,5g Błonnik 40g		Kcal : 2673 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ:109g, w tym NKT 44g Węglowodany 332g w tym cukry 14g Sól 4g Błonnik 48g	
	Dieta ciążowa/matki karmiąca		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/ trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z kaszką (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Wędlina drobiowa (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 30 30 100	Zupa mleczna z kaszką (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Wędlina drobiowa (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 30 30 100	Zupa mleczna z kaszką (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Wędlina drobiowa (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałatka warzywna (sałata, pomidor, oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 30 30 100
II Śniadanie	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130
Obiad	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,)	300 350	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,)	300 350	Zupa koperkowa z zacierką (1,3,7,9) Spaghetti z sosem bolońskim (1,7,)	300 350
Podwieczorek	Sok pomidorowy	300	Sok pomidorowy	300	Sok pomidorowy	300
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paprykarz (1,4) Ser żółty (7) Mix sałat z papryką	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta z warzyw (1,7) Serek kanapkowy (7) Mix sałat z papryką	250 100 15 60 50 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paprykarz (1,4) Ser żółty (7) Mix sałat z papryką	250 100 35 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2753 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 40g Węglowodany 384g w tym cukry 20g Sól 5,7g Błonnik 49 g		KCAL: 2538 BIAŁKO: 95g TŁUSZCZ 110g, w tym NKT 40g Węglowodany 305g w tym cukry 19g Sól 4,5g Błonnik 40g		KCAL: 2753 BIAŁKO: 112g TŁUSZCZ 114g, w tym NKT 40g Węglowodany 384g w tym cukry 20g Sól 5,7g Błonnik 49 g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochod.
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. tubin 14. Mięczaki

NIEDZIELA 14.06.2026

NIEDZIELA 14.06.2026						
	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach
Śniadanie	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Parówka Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1) Masło(7) Parówka Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Parówka Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie			Banan	150	Banan	150
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Rosół wiedeński (1,7,9) Pieczeń z karkówki Ziemniaki Kapusta młoda zasmażana	300 120 200 100	Rosół wiedeński (1,7,9) Schab gotowany Ziemniaki Buraczki gotowane	300 120 200 100	Rosół wiedeński (1,7,9) Pieczeń z karkówki Ziemniaki Kapusta młoda zasmażana	300 120 200 100
Podwieczorek			Muffinka	70	KEFIR (7)	200
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezar z grzankami	250 100 35 15 30 100	herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezar z grzankami	250 100 15 30 100	herbata Chleb razowy Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezar z grzankami	250 100 15 30 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2390 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ;100g, w tym NKT 40g Węglowodany 298g w tym cukry 12g Sól 2,6g Błonnik 30g		KCAL: 3171 BIAŁKO: 152g TŁUSZCZ;100g, w tym NKT 39g Węglowodany 364g w tym cukry 29g Sól 4g Błonnik 40g		Kcal : 3448 BIAŁKO: 140g TŁUSZCZ;137g, w tym NKT 46g Węglowodany 313g w tym cukry 26g Sól 3,6g Błonnik 36g	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/truskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Parówka Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1) Masło(7) Parówka Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Parówka Ser żółty (7) Sałatka warzywny (mix sałat, pomidor, ogórek, papryka, oliwa)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie	Banan	150	Banan	150	Banan	150
Obiad	Rosół wiedeński (1,7,9) Pieczeń z karkówki Ziemniaki Kapusta młoda zasmażana	300 120 200 100	Rosół wiedeński (1,7,9) Schab gotowany Ziemniaki Buraczki gotowane	300 120 200 100	Rosół wiedeński (1,7,9) Pieczeń z karkówki Ziemniaki Kapusta młoda zasmażana	300 120 200 100
Podwieczorek	Muffinka	70	Muffinka	70	Muffinka	70
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezar z grzankami	250 100 35 15 30 100	herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezar z grzankami	250 100 15 30 100	herbata Chleb razowy Masło(7) Szynka gotowana (6) Sałatka cezar z grzankami	250 100 15 30 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2612 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ;104g, w tym NKT 40g Węglowodany 338g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g		KCAL: 3171 BIAŁKO: 152g TŁUSZCZ;100g, w tym NKT 39g Węglowodany 364g w tym cukry 29g Sól 4g Błonnik 40g		KCAL: 2612 BIAŁKO: 99g TŁUSZCZ;104g, w tym NKT 40g Węglowodany 338g w tym cukry 24g Sól 3,6g Błonnik 35g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzechy ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorczyca i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

PONIEDZIAŁEK 15.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg ze szczypiorkiem (7) Szynka gotowana (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Twaróg ze szczypiorkiem (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 50 100
II Śniadanie			Jabłko	130	Baton zbożowy	40
Obiad	Zupa krem z białych warzyw(1,7,9) De volaille ze szpinakiem (1,7) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 120 200 100	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) Rolada ze szpinakiem gotowana Ziemniaki Warzywa na parze	300 120 200 100	Zupa krem z białych warzyw(1,7,9) De volaille ze szpinakiem (1,7) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 120 200 100
Podwieczorek			Baton zbożowy	40	Sałata z jajkiem i rzodkiewką (3,7)	150
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет pieczony Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 30 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałata mix, pomidor , kielki	250 100 15 60 50 100	herbata Chleb razowy Masło(7) Paszтет pieczony Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 15 60 30 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2327 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 43g Węglowodany 289g w tym cukry 12g Sól 2,9g Błonnik 28g		KCAL: 2707 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:94g, w tym NKT 45g Węglowodany 340g w tym cukry 32g Sól 2,7g Błonnik 36g		Kcal : 3080 BIAŁKO: 150g TŁUSZCZ:144g, w tym NKT 53g Węglowodany 311g w tym cukry 21g Sól 2,8g Błonnik 40g	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
Śniadanie	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg ze szczypiorkiem (7) Szynka gotowana (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg ze szczypiorkiem (7) Szynka gotowana (6) Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie	Jabłko	130	Jabłko	130	Jabłko	130
Obiad	Zupa krem z białych warzyw(1,7,9) De volaille ze szpinakiem (1,7) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 120 200 100	Zupa krem z białych warzyw (1,7,9) Rolada ze szpinakiem gotowana Ziemniaki Warzywa na parze	300 120 200 100	Zupa krem z białych warzyw(1,7,9) De volaille ze szpinakiem (1,7) S Ziemniaki Surówka z kapusty	300 120 200 100
Podwieczorek	Baton zbożowy	40	Baton zbożowy	40	Baton zbożowy	40
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет pieczony Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 30 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser kanapkowy (7) Sałata mix, pomidor , kielki	250 100 15 60 50 100	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Paszтет pieczony Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 30 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2647 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 43g Węglowodany 355g w tym cukry 32g Sól 2,9g Błonnik 38g		KCAL: 2707 BIAŁKO: 135g TŁUSZCZ:94g, w tym NKT 45g Węglowodany 340g w tym cukry 32g Sól 2,7g Błonnik 36g		KCAL: 2647 BIAŁKO: 110g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 43g Węglowodany 355g w tym cukry 32g Sól 2,9g Błonnik 38g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorczyca i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

WTOREK 16.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 35 15 30 60 100	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1) Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 35 15 30 60 100	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy(1) Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 15 30 60 100
II Śniadanie			Serek wiejski	150	Serek wiejski Sok pomidorowy	150 300
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa krupnik G (1,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym G (1,7,9) Ziemniaki gotowane	300 100 200	Zupa krupnik (1,7,9) Pulpet w sosie pomidorowym (1,7,9) Ziemniaki gotowane Brokuł gotowany	300 100 200 100	Zupa krupnik (1,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym (1,7,9) Ziemniaki gotowane	300 100 200
Podwieczorek			Kisiel (1)	120	Kisiel b/c	120
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta z makreli (4,7) Mix serów (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Szynka drobiowa (6,9) Ser biały (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 50 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Pasta z makreli (4,7) Mix serów (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 50 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2508 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ:81g, w tym NKT 30g Węglowodany 408g w tym cukry 13g Sól 2g Błonnik 37g		KCAL: 2661 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 40g Węglowodany 349g w tym cukry 25g Sól 2,7g Błonnik 34g		KCAL: 2951 BIAŁKO: 142g TŁUSZCZ:102g, w tym NKT 48g Węglowodany 391g w tym cukry 24g Sól 4,2g Błonnik 49g	
	Dieta ciążowa/matki karmiąca		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 35 15 30 60 50	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1) Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 35 15 30 60 50	Zupa mleczna z płatkami kukurydzianymi(1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka wieprzowa (6) Twarożek z koperkiem(7) Sałatka warzywna pomidor, papryka, kielki, oliwa, koperek, mix sałat	250 250 100 35 15 30 60 50
II Śniadanie	Serek wiejski	200	Serek wiejski	200	Serek wiejski	200
Obiad	Zupa krupnik (1,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym(1,7,9) Ziemniaki gotowane	300 100 200	Zupa krupnik (1,7,9) Pulpet w sosie pomidorowym(1,7,9) Ziemniaki gotowane Brokuł gotowany	300 100 200 100	Zupa krupnik (1,7,9) Gołąbek w sosie pomidorowym(1,7,9) Ziemniaki gotowane	300 100 200
Podwieczorek	Kisiel (1)	120	Kisiel (1)	120	Kisiel (1)	120
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta z makreli (4,7) Mix serów (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Szynka drobiowa (6,9) Ser biały (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 15 60 50 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta z makreli (4,7) Mix serów (7) Mix sałat z pomidorem	250 100 35 15 60 50 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2857 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 45g Węglowodany 408g w tym cukry 23g Sól 2,9g Błonnik 47g		KCAL: 2661 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 40g Węglowodany 349g w tym cukry 25g Sól 2,7g Błonnik 34g		KCAL: 2857 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:91g, w tym NKT 45g Węglowodany 408g w tym cukry 23g Sól 2,9g Błonnik 47g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzechy ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorczyca i produkty pochodne
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

ŚRODA 17.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kasza manna na mleku(1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Szynka salami Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie.)	250 250 100 15 60 30 30 100	Kasza manna na mleku(1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Pasta twarogowa z burakiem (7) Szynka salami Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie.)	250 250 100 15 60 30 30 100	Kasa manna na mleku(1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Szynka salami Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie.)	250 250 100 15 60 30 30 100
II Śniadanie			Jabłko	150	Sałatka z sosem vinegret Kefir (7)	200 300
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami G(1,7,9) Gulasz węgierski D (1) Placek ziemniaczany S (1,3)	300 120 200	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Gulasz węgierski (1) Kasza jęczmienna (1)	300 120 150	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Gulasz węgierski (1) Kasza jęczmienna (1)	300 120 150
Podwieczorek			Ciastka kruche (1)	40	Ciastka kruche	40
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczeń rzymska (6) Sałatka jarzynowa (1,3,7)	250 100 35 15 60 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pieczeń rzymska (6) Sałatka jarzynowa (1,3,7)	250 100 15 60 100	herbata Chleb razowy Masło(7) Pieczeń rzymska (6) Sałatka jarzynowa (1,3,7)	250 100 15 60 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2136 BIAŁKO: 84g TŁUSZCZ:72g, w tym NKT 34g Węglowodany 289g w tym cukry 16g Sól 2,2 g błonnik 38g		KCAL: 2513 BIAŁKO: 86g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 30g Węglowodany 346g w tym cukry 21g Sól 3,9 g błonnik 40g		KCAL: 2139 BIAŁKO: 106g TŁUSZCZ:80g, w tym NKT 34g Węglowodany 330g w tym cukry 12g Sól 3g błonnik 38g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kasza manna na mleku(1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Szynka salami Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie.)	250 250 100 15 60 30 30 100	Kasza manna na mleku(1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Pasta twarogowa z burakiem (7) Szynka salami Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie.)	250 250 100 15 60 30 30 100	Kasa manna na mleku(1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Pasta jajeczna (3,7) Szynka salami Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek, oliwa, zioła prowansalskie.)	250 250 100 15 60 30 30 100
II Śniadanie	Jabłko	150	Jabłko	150	Jabłko	150
Obiad	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Gulasz węgierski (1) Placek ziemniaczany (1,3)	300 120 200	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Gulasz węgierski (1) Kasza jęczmienna (1)	300 120 150	Barszcz biały z ziemniakami (1,7,9) Gulasz węgierski (1) Placek ziemniaczany (1,3)	300 120 200
Podwieczorek	Ciastka kruche	40	Ciastka kruche	40	Ciastka kruche	40
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczeń rzymska (6) Sałatka jarzynowa (1,3,7)	250 100 35 15 60 100	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pieczeń rzymska (6) Sałatka jarzynowa (1,3,7)	250 100 15 60 100	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pieczeń rzymska (6) Sałatka jarzynowa (1,3,7)	250 100 35 15 60 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2457 BIAŁKO: 94g TŁUSZCZ:82g, w tym NKT 34g Węglowodany 339g w tym cukry 26g Sól 3,2 g błonnik 38g		KCAL: 2513 BIAŁKO: 86g TŁUSZCZ:90g, w tym NKT 30g Węglowodany 346g w tym cukry 21g Sól 3,9 g błonnik 40g		KCAL: 2457 BIAŁKO: 94g TŁUSZCZ:82g, w tym NKT 34g Węglowodany 339g w tym cukry 26g Sól 3,2 g błonnik 38g	

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie, G – gotowanie, D – duszenie, S – smażenie

CZWARTEK 18.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach	Posiłek	ilość w gramach
Śniadanie	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa (6,9) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa(6,9) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb razowy (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa(6,9) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 70 30 100
II Śniadanie			Brzoskwinia	130	Kanapka razowa z warzywami Serek wiejski	70 150
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) G Kotlet pożarski S (1,3) Ziemniaki got. Mizeria (7)	300 120 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) Filet grillowany Ziemniaki got. Sałata z jogurtem (7)	300 120 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) Kotlet pożarski (1,3) Ziemniaki got. Mizeria(7)	300 120 200 100
Podwieczorek			Jogurt owocowy (7)	100	Suchary b/c	40
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Ser żółty (7) Szynka drobiowa (6) Papryka świeża	250 100 35 15 30 30 60	herbata Chleb pszenny(1) Masło(7) Dżem Szynka drobiowa (6) Mix kielków	250 100 15 50 30 20	herbata Chleb razowy(1) Masło(7) Ser żółty (7) Szynka drobiowa (6) Papryka świeża	250 100 15 30 30 60
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2609 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ:121g, w tym NKT 40g Węglowodany 290g w tym cukry 11g Sól 3g Błonnik 28g		KCAL: 2912 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 40g Węglowodany 343g w tym cukry 22g Sól 3,4g Błonnik 32g		Kcal : 3004 BIAŁKO: 123 g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 40g Węglowodany 347g w tym cukry 10g Sól 4,6g Błonnik 35g	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa (6,9) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa(6,9) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 60 30 100	Owsianka na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata (1,7) Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw Szynka wieprzowa (6,9) Sałatka warzywna (mix sałat, pomidor, ogórek, oliwa ,pestki dyni,koperek)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130	Brzoskwinia	130
Obiad	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) G Kotlet pożarski S (1,3) Ziemniaki got. Mizeria (7)	300 120 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) Filet grillowany Ziemniaki got. Sałata z jogurtem (7)	300 120 200 100	Zupa pomidorowa z makaronem (1,7,9) G Kotlet pożarski S (1,3) Ziemniaki got. Mizeria (7)	300 120 200 100
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Ser żółty (7) Szynka drobiowa (6) Papryka świeża	250 100 35 15 30 30 60	herbata Chleb pszenny(1) Masło(7) Dżem Szynka drobiowa (6) Mix kielków	250 100 15 50 30 20	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Ser żółty (7) Szynka drobiowa (6) Papryka świeża	250 100 35 15 30 30 60
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2822 BIAŁKO: 105g TŁUSZCZ:131g, w tym NKT 40g Węglowodany 320g w tym cukry 21g Sól 4g Błonnik 34g		KCAL: 2912 BIAŁKO: 111g TŁUSZCZ:120g, w tym NKT 40g Węglowodany 343g w tym cukry 22g Sól 3,4g Błonnik 32g		KCAL: 2822 BIAŁKO: 105g TŁUSZCZ:131g, w tym NKT 40g Węglowodany 320g w tym cukry 21g Sól 4g Błonnik 34g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorczyca i produkty pochod.
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie ,D – duszenie ,S – smażenie

PIĄTEK 19.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Dżem Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 50 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Dżem Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 50 100	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Twaróg na słono (7) Szynka z kurczaka (6) Dżem Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 50 100
II Śniadanie			Mus owocowy	100	Mix sałata z sosem winegret Mus warzywny Chleb chrupki	100 100 35
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa krem brokułowy G (1,7,9) Gzik z cebulką(7) Ziemniaki G	300 150 200	Zupa krem brokułowy (1,7,9) Gzik (7) Ziemniaki	300 150 200	Zupa krem brokułowy (1,7,9) Gzik z cebulką(7) Ziemniaki	300 150 200
Podwieczorek			Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt naturalny	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 60 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Szynka drobiowa Sałata mix, papryka , kielki	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 15 60 60 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2268 BIAŁKO: 105g TŁUSZCZ:80g, w tym NKT 45g Węglowodany 300g w tym cukry 12g Sól 3g Błonnik 35g		KCAL: 2483 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g Węglowodany 313g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 31g		Kcal : 2428 BIAŁKO: 120g TŁUSZCZ:86g, w tym NKT 49g Węglowodany 313 g w tym cukry 15g Sól 3g Błonnik 41g	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Dżem Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 50 50	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Dżem Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 50 50	Kluski lane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Twaróg na słodko (7) Szynka z kurczaka (6) Dżem Sałatka warzywna (Sałata mix, pomidor, ogórek , oliwa, koperek, pestki słonecznika)	250 250 100 15 60 30 50 50
II Śniadanie	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100	Mus owocowy	100
Obiad	Zupa krem brokułowy (1,7,9) Gzik z cebulką(7) Ziemniaki	300 150 200	Zupa krem brokułowy (1,7,9) Gzik (7) Ziemniaki	300 150 200	Zupa krem brokułowy (1,7,9) Gzik z cebulką(7) Ziemniaki	300 150 200
Podwieczorek	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100	Jogurt owocowy (7)	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 60 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Szynka drobiowa (6) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Pasta mięsna z kurczaka (6,9) Ser żółty (7) Sałata mix, papryka , kielki	250 100 35 15 60 60 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2500 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 50g Węglowodany 337g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 40g		KCAL: 2483 BIAŁKO: 132g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 42g Węglowodany 313g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 31g		KCAL: 2500 BIAŁKO: 115g TŁUSZCZ:85g, w tym NKT 50g Węglowodany 337g w tym cukry 30g Sól 3g Błonnik 40g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorzczyka i produkty pochod.
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- tubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

SOBOTA 20.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Paszтет pieczony (6,9) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Paszтет pieczony (6,9) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie			Jabłko	150	Jabłko Serek wiejski	150 150
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa ziemniaczana G (1,7,9) G Ryba w sosie koperkowym (1,3,7) Ryż G Marchew z groszkiem	300 100 150 100	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G Ryba w sosie koperkowym (1,3,7) Ryż Marchew got.	300 100 150 100	Zupa ziemniaczana G (1,7,9) G Ryba w sosie koperkowym (1,3,7) Ryż G Marchew z groszkiem	300 100 150 100
Podwieczorek			Serek waniliowy (7)	100	Słupki warzywne z hummusem	150
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Serek homogenizowany (7) Mix sałat, papryka	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2703 BIAŁKO: 100g TŁUSZCZ: 99g, w tym NKT 40g Węglowodany 330g w tym cukry 15g Sól 2,7g błonnik 35g		KCAL: 2902 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ: 83g, w tym NKT 37g Węglowodany 369g w tym cukry 23g Sól 3,8g błonnik 36g		Kcal : 3102 BIAŁKO: 145g TŁUSZCZ:117g, w tym NKT 53g Węglowodany 382g w tym cukry 15g Sól 3,8 g błonnik 46g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Paszтет pieczony (6,9) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Pasta z pieczonych warzyw (7) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100	Płatki owsiane na mleku (1,7) Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Paszтет pieczony (6,9) Szynka z kurczaka (6) Sałatka warzywna (Sałata lodowa, pomidor, oliwa, ogórek, kielki ,natka pietruszki)	250 250 100 15 60 30 100
II Śniadanie	Jabłko	150	Jabłko	150	Jabłko	150
Obiad	Zupa ziemniaczana G (1,7,9) G Ryba w sosie koperkowym (1,3,7) Ryż G Marchew z groszkiem	300 100 150 100	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G Ryba w sosie koperkowym (1,3,7) Ryż Marchew got.	300 100 150 100	Zupa ziemniaczana (1,7,9) G Ryba w sosie koperkowym(1,3,7) Ryż Marchew z groszkiem	300 100 150 100
Podwieczorek	Serek waniliowy	100	Serek waniliowy	100	Serek waniliowy	100
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 35 15 60 30 50	herbata Chleb pszenny Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Serek homogenizowany (7) Mix sałat, papryka	250 100 15 60 30 50	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka z kurczaka (6,9) Ser żółty(7) Mix sałat, papryka	250 100 35 15 60 30 50
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2916 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ: 100g, w tym NKT 40g Węglowodany 388g w tym cukry 25g Sól 3g błonnik 41g		KCAL: 2902 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ: 83g, w tym NKT 37g Węglowodany 369g w tym cukry 23g Sól 3,8g błonnik 36g		KCAL: 2916 BIAŁKO: 114g TŁUSZCZ: 100g, w tym NKT 40g Węglowodany 388g w tym cukry 25g Sól 3g błonnik 41g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne.
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. Łubin 14. Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

NIEDZIELA 21.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb razowy (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100
II Śniadanie			Kefir (7)	200	Kefir,(7) Wafle ryżowe (1)	200 40
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Rosół z makaronem G (1,7,9) Kotlet schabowy S (1,7) Ziemniaki G Brokuł got z masłem i bułką	300 100 150 100	Rosół z makaronem(1,7,9) Filet grillowany (1,7) Ziemniaki Brokuł got z masłem i bułką	300 100 150 100	Rosół z makaronem(1,7,9) Kotlet schabowy (1,7) Ziemniaki Brokuł got z masłem i bułką	300 100 150 100
Podwieczorek			Sok warzywny	300	Sok warzywny	300
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka drobiowa (6) Ser żółty (7) Sałatka ziemniaczana z ogórkiem	250 100 35 15 60 60 100	herbata Chleb pszenny(1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Dżem (7,9) Mix sałat i kielki	250 90 15 60 60 20	herbata Chleb razowy Masło(7) Szynka drobiowa (6) Ser żółty (7) Sałatka ziemniaczana z ogórkiem	250 100 15 60 60 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2610 BIAŁKO: 116g TŁUSZCZ:94g, w tym NKT 40g Węglowodany 330 g w tym cukry 6g Sól 3,2g Błonnik 30g		KCAL: 2682 BIAŁKO: 130g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 34g Węglowodany 338g w tym cukry 26g Sól 3g Błonnik 34g		Kcal : 2958 BIAŁKO: 133g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 40g Węglowodany 386g w tym cukry 6g Sól 3,8g Błonnik 39g	
	Dieta ciążowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb pszenny (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100	Zupa mleczna z ryżem Kawa zbożowa/herbata Chleb zwykły (1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Jajecznica (7) Sałatka warzywna (roszponka pomidor, ogórek oliwa, koperek)	250 250 100 15 30 100 100
II Śniadanie	Kefir (7)	200	Kefir (7)	200	Kefir (7)	200
Obiad	Rosół z makaronem(1,7,9) Kotlet schabowy (1,7) Ziemniaki Brokuł got z masłem i bułką	300 100 150 100	Rosół z makaronem(1,7,9) Filet grillowany (1,7) Ziemniaki Brokuł got z masłem i bułką	300 100 150 100	Rosół z makaronem(1,7,9) Kotlet schabowy (1,7) Ziemniaki Brokuł got z masłem i bułką	300 100 150 100
Podwieczorek	Sok warzywny	300	Sok warzywny	300	Sok warzywny	300
Kolacja	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka drobiowa (6) Ser żółty (7) Sałatka ziemniaczana z ogórkiem	250 100 35 15 60 60 100	herbata Chleb pszenny(1,7) Masło(7) Szynka drobiowa (6) Dżem (7,9) Mix sałat i kielki	250 90 15 60 60 20	herbata Chleb zwykły (1,7) Chleb razowy Masło(7) Szynka drobiowa (6) Ser żółty (7) Sałatka ziemniaczana z ogórkiem	250 100 35 15 60 60 100
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2826 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 360 g w tym cukry 16g Sól 3,2g Błonnik 37g		KCAL: 2682 BIAŁKO: 130g TŁUSZCZ:93g, w tym NKT 34g Węglowodany 338g w tym cukry 26g Sól 3g Błonnik 34g		KCAL: 2826 BIAŁKO: 129g TŁUSZCZ:104g, w tym NKT 40g Węglowodany 360 g w tym cukry 16g Sól 3,2g Błonnik 37g	

ALERGENY WYSTĘPUJĄCE W POSIŁKACH:

- Zboża zawierające gluten
- Skorupiaki i produkty pochodne
- Jaja i produkty pochodne
- Ryby i produkty pochodne
- Orzeszki ziemne (arachidowe)
- Soja i produkty pochodne
- Mleko i produkty pochodne
- Orzechy
- Seler i produkty pochodne
- Gorczyca i produkty pochod.
- Nasiona sezamu
- Dwutlenek siarki
- Łubin
- Mięczaki

Sposób obróbki termicznej: P – parowanie, Piecz – pieczenie ,G – gotowanie, D – duszenie ,S – smażenie

PONIEDZIAŁEK 22.06.2026

	Dieta podstawowa		Dieta lekkostrawna		Dieta cukrzycowa	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb razowy (1,7)	100
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50
	Szynka z kurczaka(6)	30	Szynka z kurczaka(6)	30	Szynka z kurczaka(6)	30
	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
	Mix sałat	20	Mix sałat	20	Mix sałat	20
II Śniadanie			Drożdżówka	100	Salatka z warzywami i fetą	100
			Banan	150		
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Obiad	Zupa barszcz ukraiński G	300	Zupa barszcz G(1,7,9)	300	Zupa barszcz ukraiński	300
	Pieczeń w sosie własnym D (1,7,9)	150	Schab duszony D (1,7,9)	150	Pieczeń w sosie własnym (1,7,9)	150
	Kasza jęczmienna G	150	Kasza jęczmienna G	150	Kasza jęczmienna	150
	Kapusta gotowana G	100	Szpinak got.	100	Kapusta gotowana	100
Podwieczorek			Serek homogenizowany waniliowy	100	Serek homogenizowany naturalny	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb razowy	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Masło(7)	15	Salatka cezarska (7,9)	100	Salatka cezarska (3,7,9)	100
	Salatka cezarska (7,9)	100	Szynka gotowana (6,9)	60	Szynka gotowana (6,9)	60
	Szynka gotowana (6,9)	60				
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2427 BIAŁKO: 92g TŁUSZCZ:82g, w tym NKT 38g Węglowodany 401g w tym cukry 20g Sól 3g Błonnik 40g		KCAL: 2713 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 40g Węglowodany 350g w tym cukry 31g Sól 3g Błonnik 42g		KCAL: 2869 BIAŁKO: 109g TŁUSZCZ:106g, w tym NKT 43g Węglowodany 394g w tym cukry 30g Sól 3,3g Błonnik 56g	
	Dieta ciężowa/matki karmiące		Dieta lekkostrawna niskotłuszczowa (wątrobowa/trzuskowa)		Dieta podstawowa dziecięca	
	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach	Posiłek	Ilość w gramach
Śniadanie	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250	Zupa mleczna z płatkami jaglanymi (1,7)	250
	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250	Kawa zbożowa/herbata (1,7)	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny (1,7)	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Masło(7)	15	Masło(7)	15	Masło(7)	15
	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50	Serek kanapkowy (7)	50
	Szynka z kurczaka	30	Szynka z kurczaka	30	Szynka z kurczaka	30
	Pomidor	50	Pomidor	50	Pomidor	50
	Mix sałat	50	Mix sałat	50	Mix sałat	50
II Śniadanie	Drożdżówka	100	Drożdżówka	100	Drożdżówka	100
	Banan	150	Banan	150	Banan	150
Obiad	Zupa barszcz ukraiński G	300	Zupa barszcz G(1,7,9)	300	Zupa barszcz ukraiński G	300
	Pieczeń w sosie własnym D (1,7,9)	150	Schab duszony D (1,7,9)	150	Pieczeń w sosie własnym D (1,7,9)	150
	Kasza jęczmienna G	150	Kasza jęczmienna G	150	Kasza jęczmienna G	150
	Buraczki gotowane G	100	Buraczki gotowane	100	Buraczki gotowane G	100
Podwieczorek	Serek homogenizowany waniliowy	100	Serek homogenizowany waniliowy	100	Serek homogenizowany waniliowy	100
Kolacja	herbata	250	herbata	250	herbata	250
	Chleb zwykły (1,7)	100	Chleb pszenny	100	Chleb zwykły (1,7)	100
	Chleb razowy	35	Masło(7)	15	Chleb razowy	35
	Masło(7)	15	Salatka cezarska (7,9)	100	Masło(7)	15
	Salatka cezarska (7,9)	100	Szynka gotowana (6,9)	60	Salatka cezarska (7,9)	100
	Szynka gotowana (6,9)	60			Szynka gotowana (6,9)	60
WARTOŚĆ ODŻYWCZA	KCAL: 2936 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:102g, w tym NKT 42g Węglowodany 401g w tym cukry 30g Sól 3,6g Błonnik 50g		KCAL: 2713 BIAŁKO: 117g TŁUSZCZ:100g, w tym NKT 40g Węglowodany 350g w tym cukry 31g Sól 3g Błonnik 42g		KCAL: 2936 BIAŁKO: 122g TŁUSZCZ:102g, w tym NKT 42g Węglowodany 401g w tym cukry 30g Sól 3,6g Błonnik 50g	

1. Zboża zawierające gluten 2. Skorupiaki i produkty pochodne 3. Jaja i produkty pochodne 4. Ryby i produkty pochodne 5. Orzeszki ziemne (arachidowe)
6. Soja i produkty pochodne 7. Mleko i produkty pochodne 8. Orzechy 9. Seler i produkty pochodne 10. Gorczyca i produkty pochodne
11. Nasiona sezamu 12. Dwutlenek siarki 13. tubin 14. Mięczaki

Kuchnia zastrzega sobie prawo do zmian w jadłospisie!!